

大学体育与健康



[大学体育与健康_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787040281552

《大学体育与健康(基础篇)》内容简介：大学体育是高等教育的重要组成部分，是培养学生全面发展的重要内容，是造就一代有竞争力、创造力、高素质人才的有效途径，是提高学生健康水平、为健康工作五十年、幸福生活一辈子奠定坚实良好的身心基础的平台。围绕着大学体育的功能与当前我国大学体育课程教学改革的最新动向，我们组织编写了这本既适合于师范院校又适合于普通高等院校的教材。《大学体育与健康(基础篇)》的主要特点如下：

1.体现学以致用的特点。在编写过程中，紧密结合当前国内外学校体育的发展趋势，努力突出我国普通高等学校体育课程性质的目标：“以学习体育知识和运动技能为主要內容，以身体练习为主要途径，以增强学生身体素质和健康，传承体育文化，培养终身体育锻炼意识、能力与习惯为主要目标。”根据众多高校普遍开设游泳课的特点，把游泳作为学生必须掌握的一项生存生活技能，单独设立一章；《大学体育与健康(基础篇)》围绕着全面增进学生的体质健康状况与提高大学生体育活动组织能力等基本要求，设立了“发展身体素质的游戏锻炼方法”、“队列口令与组织”、“体能锻炼”和“小型竞

赛活动的组织与实施”等章节内容，体现了学以致用的特点。

作者介绍：

目录：

[大学体育与健康 下载链接1](#)

标签

评论

[大学体育与健康 下载链接1](#)

书评

[大学体育与健康 下载链接1](#)